

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hygiene Sanitasi Makanan

1. Pengertian hygiene sanitasi makanan

Hygiene adalah suatu pencegahan penyakit yang menitik beratkan pada usaha kesehatan perseorangan atau manusia beserta lingkungan tempat orang tersebut berada, sedangkan sanitasi adalah suatu usaha pencegahan penyakit yang menitikberatkan kegiatan pada usaha kesehatan lingkungan hidup manusia. Ditinjau dari ilmu kesehatan lingkungan kedua istilah hygiene dan sanitasi mempunyai arti yang berbeda, tetapi memiliki tujuan yang sama yaitu mengupayakan agar manusia dapat hidup sehat sehingga terhindar dari gangguan kesehatan ataupun penyakit. Dalam penerapannya, usaha sanitasi lebih menitik beratkan pada faktor-faktor lingkungan hidup manusia, sedangkan hygiene menitik beratkan usahanya kepada kebersihan individu. Hygiene sanitasi adalah upaya untuk mengendalikan faktor makanan, orang, tempat dan perlengkapannya yang dapat atau mungkin dapat menimbulkan penyakit atau gangguan kesehatan (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2003).

Terdapat pula berbagai macam faktor yang mampu mempengaruhi Hygiene dan sanitasi makanan, salah satunya ialah faktor penjamah makanan. Penjamah makanan juga harus dipastikan memiliki pengetahuan yang baik terkait Hygiene dan sanitasi makanan sehingga mampu menerapkannya selama proses pengolahan makanan. Kurangnya hygiene perorangan atau cara menyiapkan makanan yang tidak memenuhi syarat sanitasi dapat menyebabkan kontaminasi pada makanan yang berpotensi untuk menyebabkan penyakit (Putri and Wulandari, 2020).

Tujuan Hygiene dan Sanitasi Makanan adalah upaya untuk mengendalikan faktor makanan, orang, tempat dan perlengkapannya yang dapat atau mungkin dapat menimbulkan penyakit atau gangguan kesehatan (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2003).

2. Prinsip higiene sanitasi makanan

Prinsip higiene dan sanitasi makanan adalah pengendalian terhadap faktor penyehatan makanan yaitu faktor tempat atau bangunan, bahan makanan, orang dan peralatan. Penyehatan makanan dilakukan sebagai upaya untuk mengetahui empat faktor tersebut yang menimbulkan gangguan kesehatan dan keracunan makanan. Untuk mengetahui faktor-faktor tersebut, perlu dilakukan analisis terhadap enam prinsip higiene dan sanitasi makanan, yaitu: (Rejeki, 2015)

a. Pemilihan bahan makanan

Semua jenis bahan makanan perlu mendapatkan perhatian secara fisik serta terjamin kesegarannya, terutama pada bahan makanan yang mudah rusak dan membusuk seperti ikan, daging, susu, telur, buah, sayur dan makanan kaleng. Bahan makanan yang baik kadang tidak mudah ditemui karena perjalanan bahan makanan yang begitu panjang dan melalui perdagangan yang begitu luas. Upaya yang dapat dilakukan untuk memperoleh bahan makanan yang baik adalah dengan menghindari penggunaan bahan makanan yang berasal dari sumber yang tidak jelas karena kurang dapat dipertanggungjawabkan secara kualitas (Mundiatun, 2018).

Bahan-bahan yang dimakan dalam keadaan mentah dalam proses pengangkutannya harus terpisah dari bahan-bahan baku lain dan bahan yang bukan bahan pangan, serta penyimpanannya pun harus terpisah. Bahan makanan harus dikirim sedemikian rupa sehingga dapat terhindar dari tumbuhnya mikroorganisme

patogen dan pembentukan toksin dengan mengatur lamanya waktu pengiriman, aktifitas air dan suhu dari bahan baku makanan tersebut. Pemilihan bahan mentah harus dilakukan dengan teliti. Dalam memilih bahan makanan harus dipastikan bahwa bahan makanan tersebut dalam kondisi yang bersih, tidak bercampur dengan bahan-bahan kimia atau bahan-bahan yang bukan bahan makanan (Rejeki, 2015)

b. Penyimpanan bahan makanan

Bahan makanan yang tersedia tidak semuanya langsung dikonsumsi oleh masyarakat. Bahan makanan yang tidak langsung diolah perlu penyimpanan yang baik. Sifat bahan makanan berbeda-beda serta dapat rusak dan membusuk, sehingga perlu dijaga kualitas dari bahan makanan tersebut. Tempat penyimpanan bahan makanan perlu diperhatikan susunan dan konstruksinya agar terhindar dari kerusakan makanan yang disebabkan oleh faktor fisik. Faktor fisik terkait dengan kondisi ruangan yang tidak mendukung pengamanan makanan seperti temperatur ruangan yang panas dan lembab serta sirkulasi udara yang kurang baik (Sumantri, 2010).

Kerusakan bahan makanan dapat terjadi akibat kontaminasi dan tercemar bakteri, karena perlakuan manusia dan alam, adanya enzim dalam makanan yang diperlukan dalam proses pematangan seperti pada buah dan kerusakan mekanis seperti adanya gesekan, tekanan dan benturan. Pencegahan pencemaran bakteri dilakukan untuk mengendalikan dan mencegah terjadinya kerusakan pada bahan makanan. Bakteri memiliki sifat dan karakteristik seperti sifat hidupnya, daya tahan panas, faktor lingkungan hidup, kebutuhan oksigen dan berdasarkan pertumbuhannya. Penyimpanan bahan makanan harus memperhatikan prinsip first in first out (FIFO) dan first expired first out (FEFO) yaitu bahan makanan yang

terlebih dahulu disimpan dan yang mendekati masa kadaluarsa digunakan terlebih dahulu. Ada empat cara penyimpanan bahan makanan sesuai suhu yang disarankan, yaitu: (Rejeki, 2015)

- 1) Penyimpanan sejuk (*cooling*)
- 2) Penyimpanan dingin (*chilling*)
- 3) Penyimpanan dingin sekali (*freezing*)
- 4) Penyimpanan beku (*frozen*)

Syarat dalam penyimpanan bahan makanan yaitu sebagai berikut:

- 1) Tempat penyimpanan bahan makanan selalu terpelihara dalam keadaan bersih.
- 2) Penempatannya harus terpisah dari makanan jadi atau makanan yang telah dimasak.
- 3) Untuk setiap jenis makanan disimpan dalam suhu yang sesuai, ketebalan makanan padat tidak lebih dari 10 cm dan kelembaban penyimpanan dalam ruangan 80% - 90%.
- 4) Makanan yang disimpan di gudang disimpan dengan cara tidak menempel pada langit-langit, dengan ketentuan:
 - a) Jarak antara makanan dengan lantai 15 cm
 - b) Jarak antara makanan dengan dinding 5 cm
 - c) Jarak antara makanan dengan langit-langit 60 cm
- 5) Bahan makanan disimpan dalam aturan sejenis, disusun dalam rak-rak sedemikian rupa sehingga tidak mengakibatkan busuknya bahan makanan. Bahan makanan yang masuk lebih dahulu harus dikeluarkan terlebih dahulu dan bahan makanan yang masuk belakangan dikeluarkan terakhir atau disebut dengan sistem FIFO (*first in first out*).

Tabel 1.
Suhu dan Lama Penyimpanan Bahan Makanan Mentah Segar

No	Jenis Bahan Makanan	Lama Waktu Penyimpanan		
		< 3 hari	<1 minggu	>1 minggu
1	Daging, ikan, udang dan hasil olahannya	-5 – 0 °C	-10 – (- 50) °C	< - 10 °C
2	Telur, buah dan hasil olahannya	5 – 7 °C	-5 – 0 °C	< - 5 °C
3	Sayur, buah dan minuman	10 °C	10 °C	10 °C
4	Tepung dan biji-bijian	25 °C	25 °C	25 °C

(PGRS, 2013)

c. Pengolahan makanan

Pengolahan makanan adalah proses perubahan bentuk dari bahan makanan mentah menjadi makanan yang siap untuk dimakan. Dalam pengolahan makanan yang baik, harus mengikuti kaidah dan prinsip-prinsip higiene dan sanitasi makanan. Kebersihan diri penjamah makanan serta peralatan dapur untuk mengolah makanan merupakan faktor penting yang harus diperhatikan (Anies, 2015).

Cara pengolahan makanan yang baik dan benar dapat menjaga mutu dan keamanan hasil olahan makanan. Sedangkan cara pengolahan yang salah dapat menyebabkan kandungan gizi dalam makanan hilang secara berlebihan. Secara alamiah beberapa jenis vitamin (B dan C) rentan rusak akibat pemanasan. Bahan makanan yang langsung terkena air rebusan akan menurun nilai gizinya terutama vitamin-vitamin larut air (B kompleks dan C), sedangkan vitamin larut lemak (ADEK) kurang terpengaruh. Makanan menjadi tidak aman dikonsumsi jika dalam pengolahannya ditambahkan BTP yang melampaui batas yang diperbolehkan sehingga berbahaya bagi kesehatan (PGRS, 2013).

Pengolahan makan yang baik adalah pengolahan makanan yang mengikuti kaidah prinsip-prinsip higiene dan sanitasi atau cara produksi makanan yang baik yaitu (PGRS,2013) :

1) Tenaga penjamah makanan

Penjamah makanan adalah orang yang secara langsung maupun tidak langsung berhubungan dengan produksi makanan mulai dari tahap persiapan, hingga ke penyajian makanan. Peran penjamah makanan sangatlah penting dalam proses manajemen produksi makanan. Penjamah makanan mempunyai peluang untuk menularkan penyakit lewat makanan. Kebersihan diri dan kesehatan penjamah makanan merupakan kunci kebersihan dalam pengolahan makanan yang aman dan sehat, karena penjamah makanan juga merupakan salah satu vektor yang dapat mencemari bahan pangan baik berupa cemaran fisik, kimia maupun biologis (PGRS, 2013).

Tabel 2.
Syarat-Syarat Penjamah Makanan

No	Parameter	Syarat
1	Kondisi Kesehatan	Tidak menderita penyakit mudah menular: batuk, pilek, influenza, diare, penyakit menular lainnya. Menutup luka (luka terbuka, bisul, luka lainnya)
2	Menjaga kebersihan diri	Mandi teratur dengan sabun dan air bersih Menggosok gigi dengan pasta dan sikat gigi secara teratur, paling sedikit dua kali dalam sehari, yaitu setelah makan dan sebelum tidur Membiasakan membersihkan lubang hidung, lubang telinga, dan sela sela jari secara teratur Mencuci rambut/keramas secara rutin dua kali dalam seminggu Kebersihan tangan: kuku dipotong

		pendek, kuku tidak di cat atau kutek, bebas luka
3	Kebiasaan mencuci tangan	Sebelum menjamah atau memegang makanan Sebelum memegang peralatan makan Setelah meracik bahan mentah seperti daging, ikan, sayuran dan lain lain Setelah mengerjakan pekerjaan lain seperti bersalaman, menyetir kendaraan, memperbaiki peralatan, memegang uang dan lain-lain
4	Perilaku penjamah makanan dalam melakukan kegiatan pelayanan makanan	Tidak menggaruk- garuk rambut, lubang hidung atau sela-sela jari /kuku, menutup mulut saat batuk dan bersin Tidak merokok Tidak meludah sembarangan diruangan pengolahan makanan

(PGRS, 2013)

2) Cara pengolahan makanan

Kontaminasi terhadap makanan oleh peralatan, penjamah makanan, proses penanganannya, maupun air harus dihindari selama pengolahan makanan baik dalam mencuci, meracik, maupun memasak. Cara pengolahan makanan yang serba bersih: (Retno,2006)

- a) Menerapkan dasar-dasar higiene perorangan bagi para tenaga pengolahan (penjamah makanan).
- b) Menerapkan dasar-dasar hygiene dan sanitasi makanan.

Melarang petugas dengan penyakit kulit atau yang mempunyai luka-luka pada tangan atau jari-jari untuk bekerja sebagai pengolah makanan. Syarat-syarat proses pengolahan makanan adalah sebagai berikut (Siti,2006):

- a) Jenis bahan yang digunakan, baik bahan tambahan maupun bahan penolong

sesuai persyaratan dan mutunya.

- b) Jumlah bahan untuk satu kali pengolahan.
- c) Tahap-tahap proses pengolahan.
- d) Langkah-langkah yang perlu diperhatikan selama proses pengolahan dengan mengingat faktor waktu, suhu, kelembaban, tekanan dan sebagainya, sehingga terlindung dari pembusukan, kerusakan dan pencemaran.

3) Peralatan makanan

Peralatan pengolahan pangan yang kotor dapat mencemari pangan, oleh karena itu peralatan harus dijaga agar selalu tetap bersih. Upaya untuk menghindari pencemaran pangan dari peralatan yang kotor, lakukan hal-hal berikut (PGRS, 2013):

- a) Gunakanlah peralatan yang mudah dibersihkan. Peralatan yang terbuat dari *stainless steel* umumnya mudah dibersihkan. Karat dari peralatan logam dapat menjadi bahaya kimia dan lapisan logam yang terkelupas dapat menjadi bahaya fisik jika masuk kedalam pangan.
- b) Bersihkan permukaan meja tempat pengolahan pangan dengan deterjen/sabun dan air bersih dengan benar.
- c) Bersihkan semua peralatan termasuk pisau, sendok, panci, piring setelah dipakai dengan menggunakan deterjen/sabun dan air panas.
- d) Letakkan peralatan yang tidak dipakai dengan menghadap kebawah.
- e) Bilas kembali peralatan dengan air bersih sebelum mulai memasak.

Penjamah makanan harus memperhatikan semua kegiatan dalam produksi makanan dan makanan terlindungi dari kontak langsung dengan tubuh penjamah makanan. Perlindungan kontak langsung makanan dengan tubuh dapat dilakukan

dengan memakai sarung tangan plastik sekali pakai, menggunakan penjepit makanan dalam mengambil makanan dan menggunakan peralatan makan lainnya seperti sendok dan garpu. Pada proses pengolahan makanan harus terhindar dari segala bentuk pencemaran. Pencemaran pada makanan dapat dihindari dengan menggunakan celemek, menggunakan tutup kepala dan tutup mulut serta menggunakan sepatu khusus dapur (Mukono, 2008).

d. Penyimpanan makanan jadi masak

Makanan yang sudah dimasak apabila disimpan pada suhu kamar, maka akan cepat terjadinya pertumbuhan bakteri. Pada suhu kamar, bakteri akan cepat berkembangbiak dan makanan akan menjadi cepat rusak dan basi. Cara yang tepat untuk menghindari bakteri dengan menyimpan makanan di tempat yang bersih, tertutup, dan suhu di atas atau di bawah suhu kamar adalah tersebut. Makanan jadi tidak boleh disimpan dengan bahan makanan mentah (PGRS,2013).

Tabel 3.
Suhu Penyimpanan Masakan Masak Berdasarkan Jenisnya

No	Jenis makanan	Suhu Penyimpanan		
		Disajikan dalam waktu lama	Akan segera disajikan	Belum segera disajikan
1	Makanan kering	25°C s/d 30°C		
2	Makanan basah (berkuah)		>60°C	-10°C
3	Makanan cepat basi (santan, telur,susu)		≥65.5°C	-5°Cs/d-10°C
4	Makan disajikan dingin		5°Cs/d10°C	<10°C

(PGRS, 2013)

e. Pengangkutan makanan

Makanan masak sangat disukai oleh bakteri karena cocok untuk berkembangnya bakteri. Oleh karena itu cara penyimpanan dan pengangkutannya

harus memperhatikan wadah penyimpanan makanan masak (setiap makanan masak memiliki wadah yang terpisah, pemisahan didasarkan pada jenis makanan dan setiap wadah harus memiliki tutup tetapi tetap berventilasi serta alat pengangkutan yang khusus (PGRS,2013).

Pengangkutan makanan yang baik serta dilakukan dengan cara yang benar sangat berperan dalam mencegah terjadinya pencemaran dan kontaminasi pada makanan. Dalam pengangkutan makanan harus memperhatikan kaidah dan prinsip hygiene sanitasi makanan. Makanan yang telah masak lebih tinggi risikonya mengalami pencemaran dari pada bahan makanan. Oleh karena itu, pengendalian yang perlu diperhatikan dalam pengangkutan makanan adalah pada makanan masak (Rejeki,2015).

f. Penyajian makanan

Penyajian makanan merupakan rangkaian akhir dari perjalanan makanan. Makanan yang disajikan adalah makanan yang siap dan laik santap. Saat penyajian makanan perlu diperhatikan bahwa makanan tersebut terhindar dari pencemaran dan kontaminasi silang agar makanan dapat dikatakan layak untuk dikonsumsi. Peralatan yang digunakan dalam penyajian makanan harus dalam kondisi yang bersih. Tutup makanan harus dapat menutupi makanan secara sempurna, karena makanan yang terbuka akan mudah tercemar. Penjamah makanan yang berperan dalam menyajikan makanan harus senantiasa menjaga kesehatan dan kebersihan pakainnya. Penting untuk diperhatikan bahwa penjamah makanan yang menyajikan makanan tidak mencemari makanan yang ia sajikan (Mundiatun,2018).

Hal-hal yang perlu diperhatikan pada tahap penyajian makanan antara lain

sebagai berikut: (PGRS,2013)

1) Tempat penyajian

Perhatikan jarak dan waktu tempuh dari tempat pengolahan makanan ketempat penyajian serta hambatan yang mungkin terjadi selama pengangkutan karena akan mempengaruhi kondisi penyajian. Hambatan diluar dugaan sangat mempengaruhi keterlambatan penyajian.

2) Prinsip penyajian makanan

- a) Prinsip pewadahan yaitu setiap jenis makanan ditempatkan dalam wadah yang terpisah dan memiliki tutup untuk mencegah terjadinya kontaminasi silang.
- b) Prinsip kadar air yaitu makanan yang mengandung kadar air tinggi baru dicampur menjelang penyajian untuk menghindari makanan cepat basi.
- c) Prinsip edible part yaitu setiap bahan yang disajikan merupakan bahan yang dapat dimakan, hal ini bertujuan untuk menghindari kecelakaan salah makan.
- d) Prinsip pemisah yaitu makanan yang disajikan dalam dus harus dipisah satu sama lain.
- e) Prinsip panas yaitu penyajian makanan yang harus disajikan dalam keadaan panas, hal ini bertujuan untuk mencegah pertumbuhan bakteri dan meningkatkan selera makan. Panas yaitu makanan yang harus disajikan panas diusahakan tetap dalam keadaan panas dengan memperhatikan suhu makanan,sebelum ditempatkan dalam alat saji panas (*foodwarmer/beanmerry*) makanan harus berada pada suhu $>60^{\circ}\text{C}$.
- f) Prinsip bersih yaitu setiap peralatan/wadah yang digunakan harus higienis, utuh, tidak cacat atau rusak.
- g) Prinsip handling yaitu setiap penanganan makanan tidak boleh kontak langsung

dengan anggota tubuh.

h) Prinsip tepat penyajian disesuaikan dengan kelas pelayanan dan kebutuhan.

Tepat penyajian yaitu tepat menu, tepat waktu, tepat tata hidang dan tepat volume (sesuai jumlah).

B. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Menurut Bloom, pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam pembentukan tindakan seseorang. Dari pengalaman penelitian tertulis bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2007).

2. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Budiman (2013), pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

a. Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah menerima informasi, hingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki.

b. Media massa atau informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat diberikan pengetahuan jangka pendek, sehingga menghasilkan perubahan

atau peningkatan pengetahuan. Semakin majunya teknologi akan tersedia media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru.

c. Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperoleh untuk kegiatan tertentu, sehingga status ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

d. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan kedalam individu yang berbeda dalam lingkungan tersebut. Hal ini karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

e. Pengalaman

Pengalaman adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu.

f. Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin bertambah pula daya tangkap dan pola pikirnya. Sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik.

3. Pengukuran pengetahuan

Pengukuran pengetahuan seseorang dapat dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa pertanyaan pilihan berganda (multiple choice test). Multiple choice test merupakan bentuk tes yang sangat baik untuk mengetahui dampak dari intervensi penyuluhan terkait perubahan pengetahuan seseorang. Bentuk tes ini dapat digunakan untuk mengukur pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang. Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan dibagi dalam 3 kategori, yaitu:

- a. Baik: bila sampel mampu menjawab dengan benar 76% - 100% dari seluruh pertanyaan.
- b. Cukup: bila sampel mampu menjawab dengan benar 56% - 75% dari seluruh pertanyaan.
- c. Kurang: bila sampel mampu menjawab dengan benar 40% - 55% dari seluruh pertanyaan.

C. Sikap

1. Pengertian sikap

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap suatu stimulus atau objek, sehingga manifestasinya tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup tersebut. Sikap secara realitas menunjukkan adanya kesesuaian terhadap stimulus tertentu (Sunaryo, 2004). Sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan. Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak (favorable) maupun perasaan

tidak mendukung atau tidak memihak (unfavorable) pada objek tersebut (Azwar, 2011). Menurut Allport dalam Notoatmodjo (2007), sikap mempunyai 3 komponen pokok, yaitu:

- a. Kepercayaan atau keyakinan, ide, dan konsep terhadap suatu objek.
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi suatu objek.
- c. Kecenderungan untuk bertindak (tend to behave)

Sedangkan menurut Azwar (2011), bahwa ada tiga komponen yang membentuk sikap, yaitu:

- a. Komponen kognitif (komponen perseptual) Yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsi terhadap sikap.
- b. Komponen afektif (komponen emosional) Komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap obyek sikap. Rasa senang merupakan hal yang positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif. Komponen ini menunjukkan arah sikap yaitu positif dan negatif.
- c. Komponen konaktif (komponen perilaku atau action component) Yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek sikap. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap yaitu menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku terhadap objek sikap.

Ketiga komponen ini secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh (*total attitude*). Dalam penentuan sikap yang utuh ini, pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi memegang peranan yang penting. Seperti halnya dengan pengetahuan, sikap terdiri dari berbagai tingkatan yaitu (Notoatmodjo, 2007):

- a. Menerima (*receiving*): Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan.
- b. Merespon (*responding*): Memberikan jawaban bila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari benar atau salah, adalah berarti bahwa orang menerima ide tersebut.
- c. Menghargai (*valuing*): Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah salah satu indikasi sikap tingkat tiga.
- d. Bertanggung jawab (*responsible*): Bertanggung jawab merupakan bentuk sikap yang paling tinggi atas segala yang telah dipilih dengan segala resiko.

2. Faktor- Faktor yang mempengaruhi sikap

Menurut Azwar (2011) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap seseorang, antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan lembaga agama dan faktor emosional, yaitu sebagai berikut:

a. Pengalaman pribadi

Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat. Karena itu, sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.

b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting. Kecenderungan ini antara

lain dimotivasi oleh keinginan untuk berafiliasi dan keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut.

c. Pengaruh kebudayaan

Tanpa disadari kebudayaan telah menanamkan garis pengarah sikap kita terhadap berbagai masalah. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaanlah yang memberi corak pengalaman individu-individu masyarakat asuhannya.

d. Media massa

Dalam pemberitaan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya faktual disampaikan secara obyektif cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya, akibatnya berpengaruh terhadap sikap konsumennya.

e. Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan tidaklah mengherankan jika kalau pada gilirannya konsep tersebut mempengaruhi sikap.

f. Faktor emosional

Kadang kala, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

3. Cara pengukuran sikap

Pada umumnya pengukuran sikap dapat dibagi dalam tiga cara, yaitu wawancara, observasi, dan kuesioner. Setiap cara memiliki keuntungan dan

keterbatasan sehingga peneliti perlu mempertimbangkan cara yang sesuai dengan tujuan penelitian sikap (Gayatri, 2004).

- a. Wawancara langsung dilakukan dengan menggunakan daftar pertanyaan yang ditanyakan langsung kepada responden. Kelemahan metode ini adalah responden seringkali merasa ragu-ragu untuk menjawab pertanyaan yang diajukan sehingga hasil wawancara yang diperoleh dapat tidak sesuai dengan kenyataannya.
- b. Observasi langsung dilakukan melalui pengamatan langsung tingkah laku individu terhadap suatu obyek sikap. Secara umum, metoda ini sulit dilakukan karena adanya kecenderungan untuk memanipulasi tingkah laku yang terlihat apabila responden mengetahui bahwa dirinya sedang diamati. Selain itu, peneliti juga akan merasa kesulitan untuk menafsirkan sikap responden berdasarkan perilaku yang tampak. Hasil yang diperoleh dari individu dapat memberikan hasil sesuai fakta pada individu namun akan mengurangi obyektifitas apabila jumlah pengamatan semakin besar.
- c. Kuesioner sikap digunakan dengan mengukur nilai tertentu dalam obyek sikap di setiap pernyataan. Di sini, setiap responden mengisi langsung tingkat kesetujuan atau ketidaksetujuan terhadap pernyataan yang dibuat.

Salah satu aspek yang sangat penting guna untuk memahami sikap dan perilaku manusia adalah masalah pengungkapan (assesment) dan pengukuran (Azwar, 2011). Selanjutnya menurut Azwar (2011), ada berbagai cara untuk melakukan pengukuran sikap yaitu sebagai berikut:

a. Skala likert

Menurut likert dalam buku Azwar (2011), sikap dapat diukur menggunakan metode rating yang dijumlahkan. Metode ini merupakan metode penskalaan pernyataan sikap yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentuan nilai skalanya. Pada skala likert menggunakan interval 1,2,3,4,5 interval, dari kata “sangat setuju” sampai sangat tidak setuju”. Nilai skala oleh setiap pertanyaan tidak ditentukan oleh derajat favourablenya masing-masing akan tetapi ditentukan oleh distribusi respon setuju atau tidak setuju dari kelompok responden yang bertindak sebagai kelompok uji coba (pilot study). Prosedur penskalaan dengan metode rating yang dijumlahkan didasari oleh 2 asumsi yaitu:

- 1) Setiap pernyataan sikap yang ditulis dapat disepakati sebagai pernyataan yang favourable atau pernyataan yang unfavourable
- 2) Jawaban yang diberikan oleh individu yang mempunyai sikap positif harus diberi bobot atau nilai yang lebih tinggi dari pada jawaban yang diberikan oleh responden yang mempunyai pernyataan negatif. Menurut Notoatmodjo (2014), tiap pertanyaan akan dinilai sebagai berikut:

Tabel 4.
Nilai Skala Likert

Pernyataan positif	Pernyataan Negatif
Sangat setuju: 5	Sangat setuju: 1
Setuju: 4	Setuju 2
Netral: 3	Netral: 3
Tidak setuju: 2	Tidak setuju: 4
Sangat tidak setuju: 1	Sangat tidak setuju: 5

Sikap positif jika $T \text{ hitung} > T \text{ mean}$

Sikap negatif jika $T \text{ hitung} < \text{mean}$ (Notoatmodjo, 2014)

b. Skala thrustone

Metode skala thrustone sering disebut sebagai metode interval tampak stara. Metode skala pernyataan sikap ini dengan pendekatan stimulus yang artinya pendek atau ini ditunjukkan untuk meletakkan stimulus atau pernyataan sikap pada suatu kontinum psikologis yang akan menunjukkan derajat favourable atau unfavourable pernyataan yang bersangkutan.

c. Skala gutman

Skala pengukuran pada tipe ini akan didapatkan jawaban yang tegas, yaitu ya atau tidak, benar atau salah, pernah atau tidak, positif atau negatif, dan lain-lain. Data yang diperoleh dapat berupa data interval atau rasio dikhotami (dua alternatif). Jadi pada skala likert menggunakan interval 1,2,3,4,5 interval, dari kata “sangat setuju” sampai “sangat tidak setuju”, maka dalam skala Gutman hanya ada dua interval yaitu “setuju atau tidak setuju”.

d. Skala inkeles

Merupakan sejenis kuesioner tertutup, seperti tes prestasi belajar bentuk pilihan ganda. Model ini mirip dengan model yang dikemukakan oleh Thurstone, tetapi hanya terdiri dari tiga alternative jawaban, karena diharapkan bahwa responden lebih cermat dalam menentukan pilihan (Arikunto, 2010).

D. Penjamah Makanan

Penjamah makanan adalah orang yang secara langsung mengelola makanan, yaitu terlibat langsung dalam rangkaian kegiatan yang meliputi penerimaan bahan mentah atau makanan terolah, pembuatan, pengubahan bentuk, pengemasan, pewadahan, pengangkutan dan penyajian. Penjamah makanan adalah orang yang bekerja menyiapkan bahan makanan hingga siap untuk dikonsumsi.

Ditinjau dari lokasi kerjanya, penjamah makanan dibedakan menjadi dua yaitu penjamah makanan rumah; individu yang menyiapkan makanan untuk keluarga, sedangkan penjamah makanan profesional; individu yang bekerja diperusahaan yang menyelenggarakan pangan banyak seperti rumah makan, hotel dan rumah sakit. Penjamah makanan merupakan salah satu dari pihak yang berperan dalam keamanan pangan, selain pengambil keputusan, produsen, pengelola, dan konsumen pangan. Pada usaha tata boga baik ketrung maupun di instalasi gizi rumah sakit, penjamah makanan adalah ujung tombak penyelenggaraan makan. (Notoatmodjo, Suekidjo, 2003.)

Untuk menjadi seorang penjamah makanan harus memenuhi beberapa syarat. Syarat seorang penjamah makanan dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 1096/Menkes/PER/VI/2011 tentang persyaratan hygiene sanitasi penjamah makanan:

- 1) Tenaga penjamah makanan yang bekerja pada usaha rumah makan dan restoran atau tempat penyelenggaraan makanan lainnya harus berbadan sehat dan tidak menderita penyakit menular.
- 2) Penjamah makanan harus melakukan pemeriksaan kesehatannya secara berkala minimal 2 (dua) kali dalam satu tahun.
- 3) Penjamah makanan wajib memiliki sertifikat kursus penjamah makanan.